

# 保育系学生はどのように箸を持っているか？

—箸の持ち方と箸に対する考え方の現状—

How do students studying early childhood education hold chopsticks?

—The way of holding and awareness regarding chopsticks—

小田 香里<sup>1)</sup>, 戸谷 百合子<sup>2)</sup>, 中島 志保<sup>3)</sup>, 内藤 千都香<sup>4)</sup>

愛知みずほ大学短期大学部（非常勤講師）<sup>1)</sup>, 岡崎女子短期大学<sup>2)</sup>, 名古屋女子大学<sup>3)</sup>, 名古屋南保健所<sup>4)</sup>

Kaori ODA<sup>1)</sup>, Yuriko TOTANI<sup>2)</sup>, Shiho NAKASHIMA<sup>3)</sup>, Chizuka  
NAITO<sup>4)</sup>

Aichi Mizuho Junior. College<sup>1)</sup>, Okazaki Women's Junior. College<sup>2)</sup>,  
Nagoya Women's University<sup>3)</sup>, Nagoya South public health center<sup>4)</sup>

Key words : 箸の持ち方 保育士 生活習慣の獲得

## Abstract.

We conducted a survey to investigate “How do students studying early childhood education hold chopsticks?: The way of holding and awareness regarding chopsticks”, and clarified the following:  
(1) Approximately 70 and 30% of the total subjects (students studying early childhood education + students studying other disciplines) held chopsticks in traditional and non-traditional manners, respectively. This situation has not changed for the past 10 years.

(2) More than 90% of students who held chopsticks in a traditional manner responded that they learned the way of holding them from their family, showing the importance of cooperating with the family to establish favorable lifestyle habits.

(3) Sixty-percent of students who held chopsticks in a non-traditional manner showed a “wish to correct their way of holding chopsticks”. The number of students with this wish was higher among those studying early childhood education than those studying other disciplines. This result was marked among 2nd compared with 1st year students.

(4) As reasons for “wishing to correct the way of holding chopsticks”, many 1st year students responded “for my own sake”; however, 2nd year students responded “to be a role model for children after becoming a nursery teacher” and “to teach children”, revealing that they wished to correct their way of using chopsticks for the purpose of teaching favorable lifestyle habits to children in the future.

Conventionally, nursery teachers cooperate with the family to help children acquire favorable lifestyle habits, such as holding chopsticks in the correct way.

However, since students who hold chopsticks in a non-traditional manner cannot teach the traditional way to their students, many of them wished to “correct their way of holding chopsticks”. Such willingness was brought about by their experience of early childhood education and nursery training practice they had received in the course. It is important to instruct students studying early childhood education on the correct way of holding chopsticks through “child health” lectures.

Key words: way of holding chopsticks, nursery teacher, acquisition of lifestyle habit

## I はじめに

生活習慣の獲得は、子どもたちが社会生活を営む上での基礎となり、ひいては生涯を通じた健康を守る上でも必要なものである。幼少期における年齢発達に応じての支援は、正しい生活習慣の獲得につながっている。保育所や幼稚園では家庭と協力しながら子どもたちに様々な生活習慣獲得のための支援をしている。

表 1

	食 事	排 泄	着 脱
2 歳 半	<ul style="list-style-type: none"> <li>好き嫌い、偏食のないようにする</li> <li>励ましながら、しっかり食べられるよう援助する</li> <li>スプーン、フォーク、食器の操作など正しい使い方を知らせていく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>尿意を感じ、トイレで排泄できるようにする</li> <li>排便の後始末を援助してさせる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分で着脱する気持ちを育てる</li> </ul>
3 歳 半	<ul style="list-style-type: none"> <li>はしの使い方や食器の正しい持ち方を指導し、食事のマナーを知らせていく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分で行きたいときに行けるようにする</li> <li>後始末が自分でできるように援助する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分で着脱する気持ちを育てる</li> <li>前後、左右をわからせ、脱いだ服をたたむなど、自分でできるようにしていく</li> </ul>
4 歳 半	<ul style="list-style-type: none"> <li>こぼさないで気をつけて食べるようにする</li> <li>正しく食器をもち、はしがスムーズに使えるように言葉かけをする</li> <li>食事時の姿勢やマナーをくり返し指導し、言われなくてもできるようにする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保育者に言われなくてもトイレに行けるようにする</li> <li>遊びに夢中になって失敗することもあるので、ときどき言葉かけ</li> <li>大便の後始末を自分でできるようにする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>着替えは保育者に言われなくてもできるようにする</li> </ul>
5 歳 半	<ul style="list-style-type: none"> <li>食事のマナーを指導する</li> <li>はしを正しく使えるようにする</li> <li>落ち着いた雰囲気の中で食事できるようにする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>生活のなかで見通しをもち、自分で判断してトイレに入れるようにする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>衣服の着脱は完全に自分でできるようにする</li> </ul>

(大阪保育研究所年齢別保育研究委員会「年齢別保育講座」ルック、2003～2005 より)

しかし、近年おいしく食べられれば箸の持ち方は関係ないとする思想もあるが、本当にそうだろうか。「伝統的な箸の持ち方は、使わない指は一本もなく、5本の指が満遍なく相互に連携して動き、巧みなバランス感覚と力の均衡で動く。伝統的な持ち方だけがすべての指の力を誘い出すことができる」(奥田、2013)<sup>1)</sup>と奥田は述べている。伝統的な箸の持ち方は、機能的にも理にかなっており、また和食と一体になって長い歴史の中で培われてきた。

3歳半頃になると、家庭や保育所や幼稚園で箸の使い方や食器の正しい持ち方を指導し、食事のマナーを知らせていく(表1)。最初は上手に持てないが、大人たちの関わりにより、徐々に上手になっていく。保育系学生は保育士になると、子どもたちに箸の使い方を教える立場になる。

しかし、その保育士を目指す学生たちは、実際はどのような箸の持ち方をしているのだろうか。また、正しく箸を使える必要性を感じているのだろうか。そして、自分の箸の持ち方に対してどのように考えているのだろうか。今回、学生へのアンケート調査をもとに、「保育系学生たちの箸の持ち方に対する現状と考え方」を保育系以外の学生と比較検討してみた。そして、この調査を分析することで、今後の保育士養成における教科目「子どもの保健Ⅰ」「子どもの保健Ⅱ」における教育の参考としたいと考えた。

## II 方法

### (1) 調査対象者

A県N市のA女子短期大学1年・2年生。保育士コース69名、養護教諭コース28名、オフィスコース22名の計119名であった。

### (2) 調査期間

平成29年5月25日から6月1日。

### (3) 調査方法と内容

#### ①質問紙調査

実際に箸を持たせながら教員が立ち合い、質問紙に対し回答を書き込んでもらった。質問紙調査は、授業前に実施した。回答所要時間は10～15分であった。

#### (無記名)

一般的に正しい箸の持ち方とされている箸の持「伝統的な箸の持ち方」と定めた(奥田、2013)<sup>1)</sup>

#### ②質問紙

問1、いつごろ箸を持ち始めたか。

問2、正しい箸の持ち方ができているか。

日常的な箸の持ち方を8種類の中から選択する。

A伝統的な持ち方

B

C



D

E

F



G

H



問3、

1) 問2において、A「伝統的な持ち方」と回答した場合

①いつごろその箸の持ち方になったのか。

②誰に教わったか。

③なぜそのように持つようになったか。

④非伝統的な箸の持ち方を見たときどう思うか。

2) 問2において、B, C, D, E, F, G, H「非伝統的な箸の持ち方」と回答した場合

①いつごろその箸の持ち方になったか。

②なぜそのように持つようになったか。

- ③非伝統的な箸の持ち方を見たときどう思うか。  
 ④箸の持ち方について誰かに何かを言われるか。  
 ⑤あなたは箸の持ち方を直そうと思うか。（その理由）

問4、食事で苦労したことがあるか。それはどうしてか。

### ③倫理的配慮

調査対象者には、調査の趣旨、調査への回答は自由であること、調査票は厳重に保管し統計的に処理が成されること、調査以外での使用はないことを口頭にて説明し、調査への協力を依頼した。学生に対しては、成績には一切影響しないことも追加説明した。調査票の回収を持って、同意を得たものとした。質問紙は無記名とした。

## Ⅲ 結果及び考察

### （1）箸の持ち方

箸の持ち方には大きく分けて2つある。伝統的持ち方と伝統的でない持ち方（以下、非伝統的持ち方と表示する）である。前者は日本古来より言い伝えられてきた持ち方をいい、Aとした。伝統的でない持ち方（非伝統的持ち方）を、B～Hとした。（奥田、2013）<sup>1)</sup>

問1では、伝統的な持ち方の者は、保育系学生66, 7%に対して、保育系以外の学生は74, 0%だった。（表2）

表2 箸の持ち方

	今回調査		奥田先行調査
	保育系学生	非保育系学生	K女子大学女子学生
A	66.7	74.0	62.5
B～Hの計	33.3	26.0	37.5
B	1.4	2.0	2
C	1.4	0.0	3
D	4.3	4.0	11
E	11.6	6.0	16
F	0.0	0.0	0
G	13.0	12.0	6
H	1.4	2.0	2

単位%

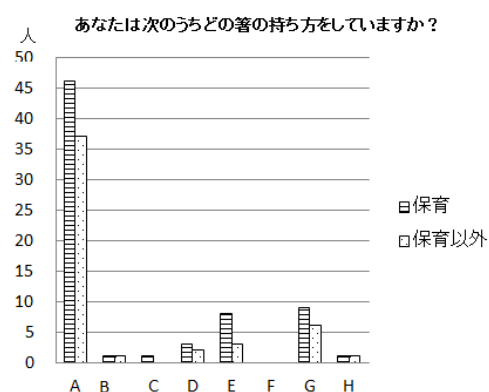
奥田先行調査	A
2003年11月	47.0
2004年 5月	66.0
2005年 5月	68.0
2005年11月	69.0
平均	62.5

単位%

奥田の先行調査（奥田、2013）<sup>1)</sup>でも、伝統的な持ち方をしている女子大学生の平均62, 5%だった。これらを比較して考えると、今回の調査では保育系学生と非保育系学生は大きな差はなく、10年前の奥田の先行調査と比べるとあまり変化がないことがうかがえる。

次に非伝統的な箸の持ち方では、G型（交差している）が最も多く、次いでE型（中指が2本の箸の下）、D型（中指が2本の箸の上）と続く。食べにくそうな、G型（箸が交差している）学生が10%以上いたことに驚く。（図1）

図1



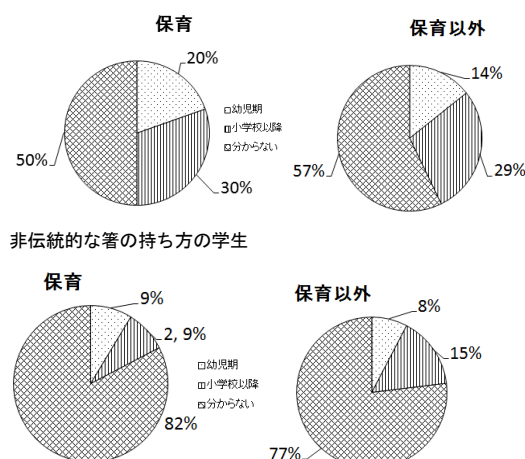
（2）いつ頃その持ち方になったか。

「いつ頃からその持ち方になったか」という問いに答えてもらった。伝統的な持ち方をしている学生（全体：保育系＋保育系以外）の27%が小学生以降、19%が幼児期（～6歳）と答えているように、幼少期に伝統的な箸の使い方を獲得したと思われる。しかし、伝統的な持ち方をしている学生（全体：保育系＋保育系以外）の約50%が「分からない」と答えている。（図2）

図2

①いつごろその箸の持ち方になりましたか？

伝統的な箸の持ち方の学生



さらに、非伝統的な持ち方をしている学生（全体：保育系＋保育系以外）に至っては、80%近くが「分からない」と答えている。（図2）これは、幼いため記憶があいまいになっていることが伺われる。より正確な結果を得るために、今後は保護者を含めたアンケート調査を実施することが必要と考える。

（3）箸の持ち方は誰に教わったか。なぜそのように持つようになったか。

伝統的な箸の持ち方の学生は、家族に箸の持ち方を教わった（保育系学生：96, 9%、保育系以外の学生：94, 0%）が最も多く、9割以上が家族に教わっている。（家族：父・母・祖父・祖母・兄弟姉妹・親戚）

次いで、保育士・幼稚園教諭・教員（保育系学生：1, 6%、保育系以外の学生：1, 6%）に教わっている。（図3）この結果から、生活習慣の獲得は、家庭との連携なしでは考えられないことが伺われる。

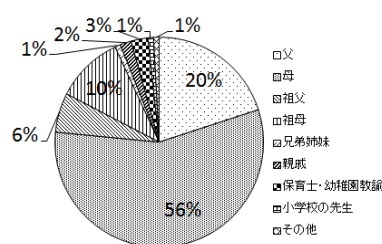


図3  
誰に教わりましたか？（複数回答）

では、「なぜ、そのように持つようになったか」聞いてみた。（図4）伝統的な箸の持ち方をしている学生は、「幼児期に練習した」（保育系学生：51人中18人、非保育系学生：40人中17人）が最も多く、幼児期の訓練によって獲得したといえる。また「家族に言

われて直した」（保育系学生：51人中19人、非保育系学生：40人中14人）が続く、ここでも家族の働きかけが重要であることが伺える。その他の中に少数ではあるが、「鉛筆の持ち方を教わった時、自然に持っていた気がする」「習字を習い始めて、箸も同じだと教えてもらった」などの表現もあった。正しい鉛筆や字の練習が、箸の持ち方に繋がっていることもわかる。箸の持ち方と鉛筆の持ち方は関連している。谷田貝は「2本の箸をまともに持って、下箸をぬいて、残った上箸を適当なところまで引き上げた状態が、鉛筆の正しい持ち方である。」（谷田貝、1985）<sup>4)</sup>と述べており、箸を正しく持つという生活習慣の獲得と学習は大きく影響しあっている。

一方、非伝統的な箸の持ち方の学生にも「なぜそのように持つようになったか」聞いてみた。

- ①親に教わらなかった（保育系学生：0人、保育系以外の学生：0人）、
  - ②持ち方を直されたり、直せと言われたが直らなかった（保育系学生：24人中11人、保育系以外：13人中6人）
  - ③いつの間にかそうになっていた（保育系学生：24人中12人、保育系以外の学生：13人中6人）
- ②と③を合わせると（保育系学生：24人中23人、保育系以外の学生：13人中12人）、ほとんどの学生が、教わってはいるが直らなかったり、いつの間にか間違った箸の持ち方のまま習慣化した様子が伺われる。

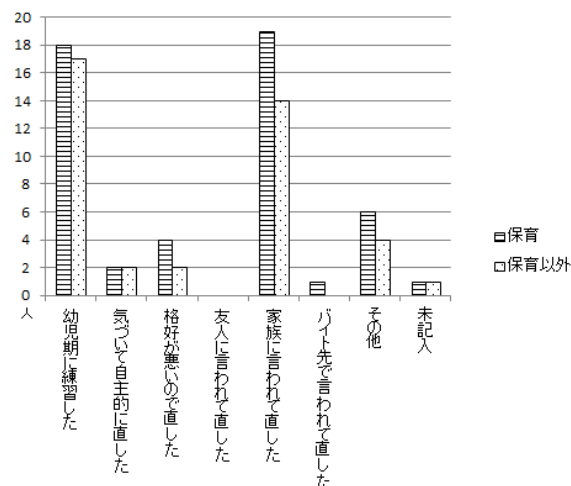


図4  
なぜそのように持つようになりましたか？（複数回答）

（4）箸の持ち方に対する周囲の目：非伝統的な持ち方を見たときどう思うか。

伝統的な箸の持ち方をしている学生の8割近くが、「少し気になる」「食べにくそうに思う」「直すよう

に練習したらいいのと思う」と答えている。（保育系学生：86，4%。保育系以外の学生：77，1%）一方、非伝統的な箸の持ち方をしている学生の7割近くも「少し気になる」「食べにくそうに思う」「直すよう練習したらいいのと思う」（保育系学生：72%，保育系以外の学生：66，7%）と答えている。やはり、箸の持ち方に対する周囲の目は厳しいと感じる。特に、保育系の学生の方が箸の持ち方を気にしている傾向が強く、保育士になる意識を持っていると感じる。

では、非伝統的な箸の持ち方をしている学生に対して、「箸の持ち方について、誰かに何かを言われるか」聞いてみた。「言われる」（保育系学生：65，2%，保育系以外の学生：54%）と、半数以上が周囲に箸の持ち方を指摘されている。しかも、指摘されても直っていない実態がわかる。さらに、保育系学生のほうが、周囲から箸の使い方を指摘されている率が高いことがわかる。

#### （5）食事で苦労したことがあるか。

その箸の持ち方で食事のとき苦労したことがあるか聞いてみた。伝統的な持ち方の学生は、93，5%の学生が「食事で苦労したことがない」と答えていて、非伝統的な持ち方の学生も87，5%の学生が「食事で苦労したことがない」と答えている。伝統的な持ち方の学生は食事で苦労することが少ないのは当然だが、非伝統的な持ち方の学生も食事で苦労していないことがわかる。非伝統的な持ち方の学生のほとんどが、習慣化し慣れているから不自由を感じていない実態が伺える。

#### （6）大人になってから箸の矯正をする意思があるか。

ここで、非伝統的な持ち方の学生に箸の持ち方を直そうと思うか尋ねたところ、「はい」が61%であった。（保育系学生：69，6%、保育系以外の学生：53，3%）特に保育系学生の方が直したいという考えがやや多いことがわかる。さらに、「はい」と答えた保育系学生を1年生と2年生で比べたところ、（1年生：54，5%、2年生：83，3%）2年生のほうが、箸の持ち方を直したいという意識がやや高い。それは2年生になると保育所実習や幼稚園実習に行くため、子どもと食事をする機会も多く、箸の持ち方を気にするようになるのだろう。自由記述で箸の持ち方を直したい理由を聞いてみた。1年生の理由は、「大人になったとき大事だから」「大人になったとき恥ずかしいから」「みっともないから」など個人的な理由が多いが、2年生は「保育士になったとき見本になる

から」「子どもに教えることがあると思うから」など子どもたちへの指導を視野に入れた理由が多かった。

このことから、保育系学生は非伝統的な箸の持ち方を指摘される頻度は高く、また、大人になってもまだ変える気構えを示していることが伺える。

面白いのは、高校生のとき伝統的な持ち方に直した学生2名の回答に、「バイト先で指摘され直した」「彼氏に言われて直した」という記述があり、興味や関心があれば何時からでも変えていくことができることを示している。

## IV おわりに

保育系学生は「どのように箸を持っているか？：箸の持ち方と箸に対する考え方の現状」を探る目的で調査研究を行ったところ、いくつかのことが明らかになった。

①全体（保育系＋非保育系学生）の約7割が伝統的な持ち方をしており、約3割が非伝統的な箸の持ち方をしている。奥田の先行調査（奥田、2013）<sup>11</sup>と比較すると、ここ10年は大きな変化はない。

②伝統的な箸の持ち方をしている学生の9割以上が、家庭で教わったと答えていて、生活習慣の獲得には家庭との連携が重要である。

③非伝統的な持ち方をしている学生のうち6割は、「伝統的な箸の持ち方に直したい」と思っている。なかでも保育系学生は非保育系の学生より多くの者が、「伝統的な持ち方に直したい」と考えている。それは1年生より2年生の方が、その率はやや高くなる傾向であった。

④「伝統的な箸の持ち方に直したい」理由として、保育系1年生では、「自分自身のため」が多かったが、2年生になると「保育士になったとき見本になるから」「子どもに教えることがあるから」など子どもたちへの生活習慣の指導のために、箸の使い方を今からでも直したいと考えていることがわかった。

保育所や幼稚園で、生活習慣を獲得することの意義について、無藤はこう述べている。「生活習慣の獲得は、自立を手に入れ、自分の健康を自分で守れるようになる。園で身につけた生活習慣は、子どもたちが社会で生きていくうえでの基礎となる。大人になってから、必要なくなる生活習慣はほとんどない。自然に体が動くほどいつでも、どこでもできる力として生活習慣を獲得しておくことが、今後の彼らの健康を守る上でも必要である。」（無藤、2015）<sup>12</sup>

本来ならば、保育士は箸の使い方などの生活習慣を獲得できるよう、家庭と協力しながら保育所や幼稚園で援助していく。

しかし、非伝統的な箸の持ち方の学生は伝統的な箸の

使い方を子どもたちに教えることが出来ないため、「今からでも伝統的な持ち方に直したい」と考えている学生が多いことがわかった。これは入学後に受けた教育や保育実習などの経験を通して、より真剣に箸の持ち方を学びたいと考えていることを意味する。子どもの保健の授業を通して、保育学科の学生に正しい箸の持ち方を習得できるよう指導していくことが大切である。

## V 今後の課題

今回は調査期間が限られていたため、被験者が十分でないことが残念であった。今後も調査を続け、被験者を増やし今回見られた結果が普遍的といえるのかどうか確認したい。また経年の推移も調べていきたい。今回の研究調査の対象が学生だけであったが、より正確な情報を収集するためには、保護者への調査も視野に入れていきたい。

## 参考・引用文献

- 1) 奥田和子 「箸の作法」 株式会社同時代社 P59～115 2013 年
- 2) 奥田和子 「箸の持ち方と機能性 食生活研究 VOL 21 NO5」 食生活研究 P44～49 2003 年
- 3) 奥田和子 「箸の持ち方はこれでいいのか ―子どもの箸使いについての食育の提言― VOL 24 NO4 」 食生活研究 P23～33 2004 年
- 4) 谷田貝公昭 「箸の持ち方・使い方の実態に関する調査研究」 財団法人小平記念会 家庭教育研究所紀要 第6巻、P25～32 1985 年
- 5) 阿部正路 「箸のはなし ―箸と食の文化誌― 」 株式会社ほるぷ出版 P66 1993 年
- 6) 一色八郎 「箸の文化史」 株式会社御茶の水書房 P172～207 1998 年

- 7) 向井由紀子 橋本慶子 「箸 ものと人間の文化史 1 O 2」 財団法人法政大学出版局 P164～184 2001 年
- 8) 小倉朋子 「箸使いに自身がつく本」 株式会社リヨン社 P14～64
- 10) 坂東真理子・蒲谷宏 「こども マナーとけいご 絵じてん」 株式会社三省堂 P28～29 2013 年
- 11) 鈴木美枝子 「保育者のための子どもの保健Ⅱ」 株式会社創成社 P79～83 2017 年
- 12) 無藤隆 「事例で学ぶ保育内容 領域 健康」 株式会社萌文書林 p43～46 2015 年
- 13) 高野紀子 「テーブルマナーの絵本」 あすなろ書房 P8～25 2014 年 「魚と食育」フォーラム資料 (財) 東京水産振興会